LEI

PER LEI SIGNORA

- Il sesso debole diventa forte
- La religione per dimagrire
- Vostro figlio vi chiede aiuto

Dove passano "loro"...

...AiAX Tornado Bianco
pulisce a fondo. Dappertutto.
Perché è superconcentrato
con AMMONIASOL.

AiAX
Tornado
bianco

LA COPERTINA - Carla Fracci, ballerina solista della Scala da 20 anni, una carriera prodigiosa, eppure ancora tutta da vivere. Non avrà una settimana libera fino al dicembre del 1976, e nel gennaio del '77 si è già impegnata per una **tournée** in Giappone. Alla grande artista così cara al pubblico dedichiamo la copertina di questo numero con gli auguri più fervidi.

★

SOMMARIO

3 Il sesso debole diventa forte

8 Lo Yoga, un modo d'essere

12 Disegnando, il bimbo chiede aiuto

15 Un amore che moriva

17 È tempo di pulizie

18 La buona cucina che costa poco

20 I piccoli lavori di casa

21 L'angolo della poesia

22 Il destino nelle stelle

★

Direttore responsabile:
GIUSEPPE GRAZZINI

Editore stampatore:
A.G.L. - San Donato Milanese

Autorizz. del Tribunale di Milano n. 45 del 21 febbraio '75

Il sesso debole è diventato forte

Le donne hanno dimostrato di valere quanto e più dell'uomo in ogni campo, dalle professioni più qualificate ai mestieri più esclusivi: ma non hanno perduto la loro preziosa femminilità.

di ANDREA MAFFEI

« Se tua moglie non ti ubbidisce prontamente, grida. E se non basta, prendi il bastone e picchiala ». Così predicava, nel millequattrocento, fra' Cherubino da Siena, che sarebbe morto in odore di santità dopo aver scritto un trattato sulla vera felicità coniugale. Non c'è da meravigliarsi. In quei tempi il diritto di picchiare la moglie era riconosciuto da tutti, e persino dalle mogli. Soltanto in qualche Stato (per esempio la Republbica di Lucca) si raccomandava ai mariti di non esagerare: l'uomo non avrebbe dovuto infatti sfigurare il volto della donna, o romperle le ossa, specie se era incinta. Ed era come dire: « Voi avete ragione, ma siate buoni, pensate al bambino che deve nascere ».

Oggi queste storie, per quanti documenti ci dicano che sono vere, ci sembrano incredibili: e questo anche se la barbara usanza di picchiare le donne non si può dire del tutto finita neppure nelle grandi città.

Il confronto fra il passato e il presente ci conforta comunque a sperare nell'avvenire.

Il sesso debole — così si chiamava, una volta — è diventato forte. Alla radice di questa trasformazione, come in ogni altro progresso, c'è un fatto di cultura. L'uomo italiano aveva negato per secoli la cultura alla sua donna: nel '700 una ragazza per bene non

Silvia Fabi al volante di un'auto della Polizia. Le donne poliziotto, pur avendo pratica di judo e di armi da fuoco, svolgono un lavoro squisitamente femminile che si è dimostrato addirittura insostituibile specialmente nella cronaca dei casi umani più delicati.

Adele Orsi Mazzucchelli, campionessa nazionale di volo a vela sulla pista dell'aerodromo di Varese.

doveva saper né leggere né scrivere, e questo si giustificava col dire che così non avrebbe potuto né ricevere né spedire biglietti compromettenti.

Una donna ignorante, spaventata, continuamente tenuta in stato di inferiorità, ha sempre fatto comodo ai nostri sultani. Per fortuna di tutti (e soprattutto degli uomini, anche se sono in pochi a capirlo) le cose sono ora molto diverse. Forse più nella teoria che nella pratica, per il momento, ma questo non ha importanza. L'essenziale è che ormai non si torna più indietro, perché si sono già raggiunte alcune prove decisive. La donna sa che *non* è costituzionalmente inferiore all'uomo. Non lo è come livello intellettuale, come capacità organizzativa, come decisione, come coraggio di agire. E non lo è neppure come forza fisica: s'intende, a parità di peso.

Tutto questo, per i conservatori, rappresenta una tragica decadenza. La donna di oggi, dicono, ha perduto la sua femminilità, la sua grazia, la sua poesia. Non è affatto vero. Certo la donna è più spigliata, forse più aggressiva: nella sua borsa si trovano le sigarette e la chiave dell'automobile più spesso che i sali da fiutare nei continui svenimenti del secolo scorso. Ma la coscienza della sua parità non le ha fatto dimenticare la sua immagine.

Quella che vi presentiamo, per dimostrarlo, è una piccola galleria di donne che si sono affermate in tutti i campi senza perdere nulla della loro femminilità.

Ecco Claudia Squassone, magistrato. Come sostituto procuratore della Repubblica, a Voghera, ha ricostruito un delitto avvenuto ventisette anni prima, quando lei era appena nata. In questa, come in ogni altra occasione, si è dimostrata più acuta e più ferma di molti suoi colleghi uomini: eppure, se la vedete, è una ragazza molto dolce che starebbe benissimo in una cornice dell'Ottocento.

Eccone un'altra, Liliana Caputo, notaio: una professione fra le più esclusivamente riservate all'uomo. Eppure la esercita con eccezionale impegno, dimostrando una vasta preparazione culturale, una capacità di sintesi, una penetrazione psicologica che

(continua a pagina 6)

Qui sopra Tiziana Sozzi dopo una gara. A destra la dottoressa Claudia Squassone, sostituto procuratore della Repubblica.
Qui sotto: la dottoressa Liliana Caputo, notaio. A destra Lella Lombardi, l'unica donna del mondo pilota di Formula Uno.

Super Dinamo
con sapone naturale
per un pulito
a prova di bambino.

Ma sí... lasciamoli divertire:
Dinamo lava via tutto.
Anche lo sporco di unto, erba, fango
sparisce senza problemi con Super Dinamo con
sapone naturale.
E cosí il vostro bucato tornerà pulito e in piú
morbido e delicatamente profumato.

(continua da pagina 4)

non molti uomini potrebbero vantare. E con tutto ciò è rimasta una giovane signora affascinante, gentile, squisitamente femminile in ogni circostanza.

Potremmo ricordare decine di altre professioniste che insegnano nelle università, che dirigono industrie, che costruiscono palazzi, che progettano centrali nucleari. In Russia ci sono persino delle astronaute.

Ma restiamo sulla terra e troviamo delle donne entrate, con successo indiscutibile, anche in quegli *sports* che sembravano maschili per definizione.

Lella Lombardi è nata 30 anni fa a Frugarolo, in provincia di Alessandria. Il padre era un corridore motociclista e la figlia, dopo aver lavorato per qualche tempo nella macelleria di proprietà della famiglia, si iscrisse ad un corso per piloti sportivi a Monza. I suoi non volevano. E lei ha insistito. L'anno scorso, al Gran Premio della Lotteria, si è piazzata al quarto posto assoluto battendo campioni di larga fama. Quest'anno la *March* le ha offerto di pilotare le Formula Uno, in squadra con Vittorio Brambilla.

Adele Orsi Mazzucchelli è diventata campionessa nazionale di volo a vela per amore. Nel 1958, ancora giovanissima, si fece coraggio e seguì per la prima volta il suo ragazzo su un aliante. Un anno dopo si cimentava già nelle prime gare. Intanto si sposava col suo ragazzo, metteva al mondo tre bei bambini e continuava a volare anche se questo le imponeva gravi sacrifici per continuare ad accudire alla sua famiglia. Esperta meteorologa, la signora ha fondato un centro di studi per il volo a vela in montagna.

Tiziana Sozzi, anche lei da ragazzina, si mise a lavorare pur di pagarsi gli allenamenti di equitazione. Diventata bravissima, dopo aver vinto molte gare per dilettanti, Tiziana ha voluto prendere la patente di fantino provocando una vera rivoluzione fra i fantini uomini. Ma alla fine ha vinto lei, e oggi corre — e vince — portando i prestigiosi colori della Scuderia di Dormello Olgiata.

Dallo sport potremmo passare alla vita di tutti i giorni: e troveremmo delle sorprese anche qui.

Ecco Anna Maria Grippa, venticinque anni, nata ad Avigliano (Potenza): è lei l'unica donna in Italia abilitata alla guida di un locomotore. Il suo amore per la ferrovia viene da lontano; fin da piccola sognava di poter condurre un treno. Saputo da un ma-

nifesto che le Ferrovie dello Stato bandivano un concorso, si presentò agli esami, risultando fra i migliori. Come nelle favole il suo desiderio si avverò. Anna è sposata con un capostazione; il loro unico cruccio è quello di non poter lavorare insieme: prestano servizio su due linee diverse.

Ecco Gigliola Colombi, 23 anni, cremonese, esperta di *management* in agricoltura. Si è diplomata alla Scuola Agraria di Monza e adesso sta trasformando radicalmente una cascina di proprietà della sua famiglia: è convinta che razionalizzando il lavoro si potrà fermare l'esodo dei contadini dalle campagne e ritornare a una vita più serena per tutti.

Sul piano della curiosità abbiamo persino una donna con la patente di arbitro di calcio, Marcella Raso: 35 anni, un figlio di 13, professione estetista e alla domenica arbitro sui campi fra le urla — non sempre gradevoli — dei tifosi. Così come abbiamo Maria Cressari, 30 anni, da Brescia, appassionata di bicicletta: ha conquistato il record mondiale dell'ora alle Olimpiadi del '72 a Città del Messico. Così come abbiamo Giovanna Marletta e Rosa Scaravino, due operaie della FIAT. Milioni di donne lavorano in fabbrica, ma loro fanno un tipo di lavoro che fino a qualche anno fa sembrava persino assurdo per una donna: collaudano le automobili sulla pista di Mirafiori.

Mi direte: e le altre? Il fatto solo che di queste donne si parli sui giornali vuol dire che esse rappresentano un'eccezione, e che la maggioranza, cioè milioni e milioni di donne, continua a vivere una vita oscura, faticosa, troppo spesso incompresa lavorando in casa.

Bene, proprio queste donne dovrebbero prendere finalmente coscienza del valore immenso che questo lavoro rappresenta, soprattutto oggi. Esse non producono direttamente denaro: ma hanno la responsabilità di amministrarlo. Cioè dipende dal loro sacrificio, dalla loro fantasia, dalla loro intelligenza, dal loro senso pratico, se questo denaro basta per tutto e per tutti o no. Non solo: ma dipende anche da loro se questo « bastare » rende soddisfatti o infelici. Per esempio, una minestra che non sa di niente portata in tavola da una donna arcigna nutre senz'altro quanto una minestra profumata, gustosa e servita con un

(continua a pagina 23)

Carla Fracci mamma

Carla Fracci donna

Carla Fracci artista

Carla Fracci.
Così semplice, così famosa.
Il suo viso, così morbido e fresco,
ha un segreto.

Il mio segreto?

È il Sapone Palmolive
con latte detergente

SERGIO POZZI

LO YOGA, UN MODO DI ESSERE

Un famoso maestro vi svela i primi segreti dell'antichissima disciplina indiana. Sapevate, per esempio, che un certo tipo di respirazione combatte la cellulite?

■ Tutti parlano dello Yoga e pochi sanno che cosa sia: forse perché lo Yoga viene dall'Oriente, e in Oriente non c'è mai una verità sola, ma tante tutte insieme, e dove credi di aver concluso un discorso ne comincia subito un altro, e poi un altro ancora.

È vero per esempio che lo Yoga è anche una ginnastica. Ma è anche una filosofia. È un modo di mangiare: ma è anche una religione, o per lo meno qualcosa di non troppo diverso.

Più facile, o meno difficile, è definire lo scopo che cerca di raggiungere il cultore di Yoga.

« Cerchiamo l'armonia perfetta della materia e dello spirito », mi dice Carlo Patrian, direttore dell'Istituto Yoga di Milano, uno dei più prestigiosi d'Europa. « Questa armonia è il primo obiettivo, che riguarda l'individuo. Ma il vero traguardo è ancora più lontano, dove la coscienza individuale si incontra e si identifica con la coscienza dell'Universo ».

Mi fermo qui e non pretendo di andare più in là: gli stessi cultori dello Yoga, del resto, debbono impegnarsi anni e anni in una durissima disciplina prima di arrivare a capire in profondità questo discorso. Ma non è detto però che dobbiamo restare del tutto fuori da questo mondo misterioso. Qualche cosa possiamo saperla e farla anche noi ricavandone non trascurabili vantaggi. « Specialmente per le donne », mi dice Patrian, « la pratica dello Yoga è provvidenziale, anche ai primi livelli. Non per niente, infatti, l'80 % degli allievi dei nostri istituti è composto da donne. Esse cercano — e trovano — il modo di conservarsi più giovani e di liberarsi dalle molte frustrazioni a cui si trovano esposte nella vita disumana del nostro tempo ».

« Non potrebbe », domando, « dare qualche consiglio alle lettrici di LEI? ».

« Volentieri », risponde. « Ma prima vorrei mettere in chiaro una cosa: nessuno deve pretendere risultati miracolosi dallo Yoga senza una pratica seria e impegnata. Anche in questo caso, occorre comunque del tempo. Premesso questo proverò a considerare le sue lettrici come fossero delle allieve, al primo incontro con lo Yoga. Ecco, la prima cosa che io raccomando a queste nuove allieve è quella di imparare a respirare. Potrà sembrare

(continua alla pagina seguente)

IN ALTO: **una difficile posizione Yoga.** QUI SOPRA: **un esercizio collettivo di respirazione nel ritiro dell'Istituto Yoga milanese presso Pavia. Nella pagina a sinistra il direttore dell'Istituto, Carlo Patrian, corregge la posizione che è detta « della danza ». Sullo sfondo un'altra allieva esegue una delle posizioni fondamentali yoga, « quella dell'albero ».**

"Le mie fibre non sono rovinate!
I miei colori non sono sbiaditi!"

Nuovo Olà il proteggi-fibra

Nuova formula per pulire
più in fretta: così si strofina di meno e
gli indumenti nemmeno se ne accorgono.

Per il tuo bucato a mano di ogni giorno.

addirittura ridicolo, dato che tutti respiriamo automaticamente dalla nascita alla morte. Eppure ben pochi di noi sanno *perché* si respira e quindi *come* bisogna respirare correttamente ».

« Nel respiro », riprende, « bisogna distinguere un aspetto meccanico e un aspetto energetico. La meccanica è semplice: si dilatano i polmoni ed entra l'aria, si comprimono e l'aria esce. Ma è proprio in questa apparente semplicità che, per abitudine e per pigrizia, si commette il più grave errore: quello cioè di non riempire completamente i polmoni e quindi di ridurre a poco o a niente del tutto i benefici del ricambio gassoso. Provi a farci attenzione: anche lei respira dilatando pochissimo la parte alta dei polmoni, mentre affida tutta la meccanica della dilatazione al diaframma, che spinge in fuori il ventre. Tuttavia, se prova a respirare volontariamente, così come potrebbe per atto di volontà fare qualsiasi altro movimento, lei riesce a respirare nel modo opposto e cioè riempiendo soltanto la parte alta: il che poi vuol dire riempiendo completamente il sacco polmonare.

Lo Yoga abitua a controllare il respiro in questo senso, con un'attenzione e anche uno sforzo sensibili nei primi tempi, ma in seguito sempre più connaturati, fino a diventare abitudine. I vantaggi sono cospicui: si raggiunge infatti una perfetta ossigenazione del sangue, mentre tutti i residui tossici della combustione vengono eliminati. Da questo deriva, immediatamente, una impreveduta tranquillità. Qualche cosa di misterioso sembra averci calmato e questo senso di pace non è che il primo anello di una salutare reazione a catena. Poche donne, per esempio, sanno che quasi tutte le forme di cellulite che le affliggono sono aggravate proprio dall'inquietudine e dalla scorretta respirazione. Ma dicevamo che nel respiro c'è anche una componente energetica, che non è rappresentata soltanto dall'ossigeno come carburante del motore umano. Secondo la dottrina Yoga, infatti, in ogni parte dell'Universo circola una invisibile energia vitale, il *Prana*, che l'uomo assorbe attraverso varie vie: la più diretta e importante di queste vie è appunto la respirazione ».

« Qualcosa come le batterie solari delle sonde spaziali? ».

« Può dire anche così. Del resto, anche il sole irradia questa energia. Si tratta dunque di sfruttare, con una più ricca ventilazione, tutti questi vantaggi. E veniamo alla pratica. Vediamo cosa può fare una donna qualunque, che non ha mai fatto un esercizio Yoga e che non sa neppure cosa sia. Può imparare a respirare, anche ora e anche da sola: per quanto, come è ovvio, una tecnica perfetta potrà raggiungerla solo con un buon maestro.

Si sdrai sul letto, stando distesa sul dorso. Si rilassi, allentando tutti i muscoli a cominciare da quelli del viso. Comprima il ventre con entrambe le mani aperte e cominci a *inspirare* lentamente, in profondità, contando da uno a sei: soltanto con la parte alta del torace e tenendo fermo l'addome. Arrivata al massimo della dilatazione, trattenga il respiro contando da uno a quattro. Poi cominci a *espirare* stando attenta a non ... vuotare il sacco tutto in una volta. È per questo, infatti, che dovrà ancora contare mentalmente da uno a sei. Uno dei momenti più difficili la attende a questo punto, quando cioè deve *inspirare* di nuovo. Un certo senso di angoscia, simile a quello che si prova tornando a galla dopo un tuffo, la porterà infatti a ingoiare aria in fretta e con violenza: invece la respirazione corretta sarà quella di *inspirare* lentamente, sempre contando da uno a sei, fermarsi da uno a quattro, *espirare* da uno a sei e via di seguito ».

« Per quanto tempo? » domando.

« Le prime volte bastano tre o quattro minuti, preferibilmente prima di addormentarsi e stando sdraiate sul letto. Poi si può aumentare, ripetendo l'esercizio anche stando sedute. Durante l'esercizio si finisce per immedesimarsi talmente nel lavoro di controllo che non ci si ricorda più di nient'altro: anche le preoccupazioni, le ansie, le rabbie, svaniscono. Per questo, per esempio, l'esercizio è prezioso contro l'insonnia ».

« Ma i benefici sono tanti altri », conclude Patrian. « Questo è solo l'inizio. L'inizio di una vita diversa, che, mi creda, vale la pena d'essere vissuta ».

SERGIO POZZI

Soflan "Formula Salvalana"
...la tua lana
non infeltrisce-non scolorisce

Disegnando chiede aiuto

I disegni dei nostri bambini non sono soltanto graziosi: sono messaggi, talvolta drammatici e sempre interessanti che i piccoli mandano ai grandi con la speranza di farsi capire.

di FRANCO MOLTENI

● Mi ricordo che quando ero piccolo, per farmi star buono, mia madre mi metteva in mano un foglio di carta e una matita colorata. « Da bravo », mi diceva, « adesso fammi un bel disegno ».

E io mi mettevo a disegnare, tranquillo come un angelo anche se ero il bambino più indemoniato della casa. Da allora sono passati tanti anni, anche troppi. I rapporti fra i genitori e i figli sono cambiati a tal punto che certe volte sembra non sia rimasto davvero più nulla delle proporzioni e dei valori di un tempo. Eppure anche i bambini di oggi, per quanto siano così diversi da quelli di ieri, disegnano ancora allo stesso modo: e quando disegnano, come allora, ritornano buoni quasi per miracolo.

Di fronte a questo miracolo, molte mamme tirano un respiro di sollievo: e possiamo capirle. Ma probabilmente non si sono mai domandate perché il miracolo avviene, e che cosa possa significare di importante per loro e per la loro creatura.

(continua alla pagina seguente)

(continua dalla pagina precedente)

La prima considerazione che inquadra il nostro problema riguarda la libertà. Il bambino che disegna si trova infatti in una delle rarissime occasioni in cui gli è consentito di essere assolutamente libero. Questa condizione la raggiunge soltanto quando gioca (ma non sempre) o quando si concentra nel silenzio di un suo pensiero, e magari proprio per questo si distrae dallo studio: ma non è la stessa cosa, perché il disegno rappresenta un passo più avanti del gioco e del silenzio, sulla strada della libertà. La fantasia infatti non svanisce ma si traduce in un fatto concreto, destinato a restare visibile, al bambino e anche agli altri, nel tempo.

È dunque questa affermazione di libertà che il bambino sente come una conquista personale e che quindi lo impegna totalmente concentrandolo nella sua creazione e facendogli dimenticare ogni altro interesse. Il risultato è che « sta buono » cioè non grida, non chiede, non insiste, non devasta, e tutto questo è provvidenziale: eppure non è affatto la cosa più interessante.

Abbiamo sotto gli occhi alcuni testi di psicologia dove molti disegni — e soprattutto quelli fatti dai bambini — sono analizzati minuziosamente fino a ricavare le più impensabili conseguenze anche dal più piccolo dettaglio. La tentazione di riportare almeno qualcuna di queste analisi è forte. Ma non ci sentiamo di farlo perché sarebbe un danno gravissimo per tutti, genitori, bambini e psicologi.

Conoscere i segreti di un « test » vuol dire che da quel momento il « test » non servirà più a niente, essendo basato soltanto sulla sorpresa e sull'assoluta sincerità. Se vi dicessi per esempio che disegnando un oggetto in un certo modo dimostrate di essere più intelligenti e coraggiosi degli altri, sarebbe inevitabile che da quel momento in poi voi foste tentati di disegnarlo appunto così, anche se spontaneamente lo disegnereste in modo diverso.

Peggio ancora, se vi dicessi che un certo tipo di disegno denuncia una personalità piena di difetti, sarebbe altrettanto inevitabile che voi cercaste di evitare quel tipo di espressione: così che, in un domani, lo psicologo che dovesse esaminare il vostro disegno sarebbe portato su una falsa strada e vi darebbe dei consigli sbagliati.

Nonostante questo, cerchiamo però di vedere qualche cosa più da vicino, per prendere almeno coscienza del problema.

Probabilmente, per esempio, voi non sapete che esistono almeno duecento rappresentazioni possibili di un albero, cioè dell'immagine che sembra più semplice del mondo: e che ognuna di queste rappresentazioni rivela il carattere, i conflitti, le inclinazioni di chi lo ha disegnato. Esistono, del resto, altre centinaia di rappresentazioni di una casa: proprio quella casetta, di solito col tetto rosso e le persiane verdi, che tutti i bambini disegnano sul loro album delle elementari e che a noi adulti sembrano tutte uguali. Ebbene non è così. I disegni sono tutti simili, è vero, ma non ce n'è uno veramente identico all'altro.

Attraverso la lente della sua esperienza, lo psicologo può ricavare anche dal più trascurabile particolare un preciso significato: così come ricaverà altri significati da altri elementi che il bambino dovesse aggiungere nella sua composizione, per esempio un fiume, un ponte, un animale, una montagna, il sole, una nuvola.

Tutte queste cose potranno sembrare soltanto curiose, e forse un po' astratte: lontane comunque da quella vita pratica dove una madre di famiglia deve impegnarsi ogni giorno con tanta fatica. Eppure sono vicinissime, soprattutto a lei.

Vi sono delle immagini, in apparenza banali, attraverso le quali il bambino racconta la sua storia, denuncia quelli che gli sembrano (e talvolta sono davvero) le ingiustizie e le incomprensioni che lo tormentano, si vendica, chiede aiuto. E noi le guardiamo senza capire: nel migliore dei casi gli diciamo che ha fatto proprio un bel disegno e che è proprio molto bravo.

Allora il bambino ci sembra soddisfatto: magari lo è anche, ci ringrazia, diventa tutto rosso dal piacere. Ma non è solo per vanità, è perché crede che noi adulti — e quindi secondo lui infallibili — abbiamo davvero capito quello che voleva dirci.

Guardate per esempio come il bambino disegna la sua famiglia: il papà, la mamma, i fratelli e le sorelle, i nonni, gli amici, il cane. Ancora una volta questo tipo di rappresentazione sembra soltanto un tentativo di riprodurre una realtà, quasi come avverrebbe in una fotografia. E invece è molto diverso. La disposizione dei personaggi, alcuni vicini e altri separati, l'atteggiamento, le differenti proporzioni della statura, i colori scelti per i vestiti dell'uno e dell'altro, tutto ha un significato preciso, e talvolta drammatico. In molti di questi gruppi di famiglia noi potremmo leggere la felicità e la paura, la fiducia e l'odio, la speranza e la delusione.

Il che significa, in pratica, potremmo sapere subito cosa fare per rendere più serena la vita del nostro bambino che può anche consumarsi in silenzio nelle angosce più assurde. Per fare un esempio, da piccolo, io avevo letto una favola dove si raccontava di un principino avvelenato con i funghi dalla matrigna. Bene, soltanto per questo io ho passato almeno cinque anni della mia vita a rifiutare i funghi, col timore che qualcuno mi avvelenasse: e mia mamma, povera donna, non riusciva a capire perché. Glielo raccontai, infatti, soltanto quando avevo più di trent'anni: una sera, e per caso, perché me n'ero dimenticato anch'io.

Se l'interpretazione di questi disegni deve essere riservata esclusivamente agli specialisti — gli unici in grado di scoprire l'eventuale disagio che traspaia nella personalità del bambino e quindi gli unici in grado di suggerire i rimedi più adatti — la mamma potrà osservare tuttavia meglio di ogni altro alcune caratteristiche dei disegni del suo bambino. Ad esempio la frequenza e la ricorrenza di certi soggetti. Se per esempio il bambino fa sempre o quasi sempre lo stesso disegno, non importa quale. Se i personaggi disegnati ispirano gioia o timore, se l'atteggiamento è ostile o amichevole, se la rappresentazione è abbastanza simile alla realtà o se è esasperata in un senso o nell'altro (per esempio montagne e campanili altissimi, aguzzi come pugnali: oppure distese d'acqua, pianure, praterie). Se la mamma pensa che vi sia qualcosa di particolare in questo senso, si rivolga alla maestra e le chieda di sottoporre i disegni al centro comunale di psicologia: potrà averne un consiglio certamente utile.

FRANCO MOLTENI

LEI

LE STORIE VERE

Un amore che moriva senza alcuna ragione

Uno psichiatra racconta come si è salvato un matrimonio che stava naufragando anche se il marito e la moglie erano fatti uno per l'altra.

di CARLO BALESTRI

Il caso è del tutto comune. Lui è un uomo sui 45 anni, giovanile, simpatico, efficiente. Lei è una donna di 38 anni, altrettanto simpatica e serena. Hanno due figli. Condizioni generali medie: nella loro casa non c'è da scialare, ma non si deve neppure privarsi del necessario. Soltanto un impegno preso nei tempi del *boom* (l'acquisto di una casetta al mare) si fa ora sentire sensibilmente sul bilancio. La signora, che prima di sposarsi faceva l'infermiera, riprende questa attività che può esercitare qualche ora al giorno nella clinica dove lavora anche un suo fratello. È un sacrificio abbastanza pesante perché si somma ai normali lavori di casa, ma la signora lo affronta lietamente perché sa di poter guadagnare qualche cosa e di poter quindi alleggerire il bilancio di famiglia.

Proprio in questo momento i rapporti fra marito e moglie, misteriosamente, cominciano a deteriorarsi. L'uomo diventa irritabile, talvolta persino sgarbato. La moglie non sa cosa pensare. Ha il sospetto che ci sia un'altra donna. Il sospetto si aggrava perché anche nell'intimità i rapporti sono peggiorati.

Gli incontri si sono fatti più radi e soprattutto meno affettuosi: a un certo punto sono finiti del tutto. Una spiegazione vera non arriva. L'uomo dice sempre di essere stanco, preoccupato per il lavoro: ma la donna lo ha visto troppe altre volte sicuro e vittorioso davanti a difficoltà molto più gravi. E allora?

Un noto psichiatra, a questo punto, comincia a interessarsi della vicenda: è il dottor Mario Paladino, molto conosciuto anche per i suoi lavori nel campo avventuroso dell'ipnotismo applicato alla medicina.

« È riuscito » gli domando, « a risolvere il problema di quella coppia? ».

Lo psichiatra mi risponde di sì. « Non è stato facile », racconta. « L'uomo non voleva confidarsi. Una sera però riuscii a parlargli con un po' di calma. Molto discretamente provai a chiedergli perché si era allontanato dalla moglie. Mi trovò delle scuse che non reggevano. Capivo sempre di meno. A un certo punto però scoprii un particolare per me decisivo: l'uomo, negli ultimi tempi, aveva

Lo psichiatra dr. Mario Paladino.

tenuto conto sulla sua agendina di tutti i rapporti che aveva avuto con la moglie.

« Riuscii ad avvicinare anche la moglie, che non sapeva di questa curiosa contabilità: mi confermò che i rapporti erano diradati, ma più ancora che si erano raffreddati, fino al punto di non rappresentare veramente più nulla. Perché allora l'uomo li segnava lo stesso?

« Era chiaro che per quell'uomo il rapporto amoroso aveva un valore soltanto come un banco di prova della sua vitalità: in questo *test* era altrettanto chiaro che l'amore non c'entrava affatto. La donna quindi se ne accorgeva ed era inevitabile che corrispondesse anche lei con freddezza. Il risultato era catastrofico, non si amavano più. Eppure sembravano fatti apposta per volersi bene. Che cosa poteva essere successo?

« Indagando ancora trovai che l'unico fatto di qualche importanza accaduto all'epoca della crisi era stato il lavoro ripreso dalla moglie. Pensai a un caso di gelosia: molti mariti temono infatti che la loro donna, andando a lavorare, sia esposta a maggiori tentazioni. In realtà c'era della gelosia. Ma non quella tradizionale. La donna, mettendosi a lavorare, si era brillantemente affermata. Questo successo, in apparenza, aveva incontrato l'approvazione e persino la gratitudine dell'uomo. Il quale però, senza neppure rendersene bene conto, aveva cominciato a sentirsi non dico proprio inferiore alla donna, ma certo non così superiore come quando era l'unico a portare i soldi in casa. Di qui era cominciato tutto un lavoro sottile, che aveva frustrato quell'uomo peraltro normalissimo. Entrambi emotivi e sensibili, c'era voluto poco perché una sera il loro incontro non fosse più così completo e soddisfacente come un tempo. L'uomo, già in stato di crisi latente, si era spaventato cominciando a considerare con angoscia la diminuzione dell'appetito sessuale come un fallimento. Ne conseguiva un errore gravissimo: quello di ridurre l'atto d'amore ad una affannata esibizione, a un tentativo disperato di dimostrare quella virilità che proprio l'uomo stesso metteva in dubbio. Per questo dubbio l'uomo aveva cominciato a temere letteralmente, la sua compagna: temeva di essere disprezzato da lei. Di qui derivava, inevitabilmente, uno stato di ostilità. L'inconscio, questo misterioso inquilino che abita dentro di noi e che non conosciamo mai abbastanza, aveva provveduto allora a evitare l'occasione di un possibile insuccesso nel modo più elementare: spegnendo cioè il desiderio. Avveniva così che l'uomo cercava con sforzi inauditi di dimostrarsi virile e non ci riusciva. La donna pensava addirittura che il marito avesse un amante. E tutti e due stavano naufragando ».

« E come ha fatto a salvarli? ».

« Io non potevo, dovevano salvarsi da soli » risponde modestamente. « Tutto quello che ho fatto è stato di obbligarli a raccontarsi la verità, davanti a me. Informandoli che non era successo nulla di tragico o di anormale perché erano un uomo e una donna come gli altri, e anche meglio degli altri ».

CARLO BALESTRI

E' primavera, tempo di pulizie

Come la Natura anche la nostra casa si rinnova per dimenticare l'inverno. I lavori sono molti: come possiamo organizzarci?

di MARINA LUCIANI

Guardate queste due fotografie: a sinistra c'è un bosco, a destra c'è una donna che sta smacchiando un vestito: sono due immagini di primavera, due immagini serene. È passato l'inverno, e ora è il tempo delle grandi pulizie.

Lo so che a noi donne questa prospettiva di lavoro in più fa spavento: ma ognuna di noi sa, tuttavia, che una volta cominciato non si finirebbe poi mai. Perché pulire, rinfrescare, rinnovare, preparare la nostra casa alla buona stagione è anche una felicità.

Vediamo allora come possiamo organizzare la nostra impresa. Per prima cosa facciamoci coraggio e ... via le tende che si portano ancora addosso lo sporco e la tristezza dell'inverno. Dietro alle tende, purtroppo, ci sono i balconi e le finestre. Il lavoro, a farlo bene, diventa pesante: forse è il peggiore di tutti. Per questo, se potete concedervi un aiuto esterno, ricorrete a questo. Se no, almeno, cercate di coinvolgere vostro marito e i vostri bambini (se li avete già un po' grandicelli). Entrambi, se vi aiutano, meritano un premio: per i piccoli potrà essere una mancia, per il marito saprete voi cosa potrà fargli più piacere.

Ognuno di questi lavori richiede l'impiego di detersivi specializzati: scegliate i migliori, naturalmente. Fatto il più, restano i vetri: anche qui esistono prodotti speciali, con cui otterrete ottimi risultati. Ancora un lavoro pesante, ma indispensabile: le porte, soprattutto sulle cornici superiori, dove si accumulano strati spaventosi di polvere anche nella casa meglio curata. Ed eccoci ai mobili, da ripulire, specie se si tratta di armadi e di cassettoni. Qui cambierete le fodere di carta nei cassetti e nei ripiani e non dimenticherete di nascondere nella biancheria dei sacchetti di tulle (che potrete confezionare voi stesse) dove metterete la lavanda, il bergamotto e anche la salvia o l'alloro.

I materassi di lana, almeno ogni due anni, vanno sfatti e cardati: a che punto sono i vostri? Quelli a molle tipo « due stagioni » vanno girati dalla parte del fresco. In ogni caso, sarà bene che nel primo giorno di sole li teniate dalla mattina alla sera all'aperto.

Per questi primi lavori si perde un sacco di tempo, e questo può ritardare in qualche modo l'andamento normale della casa: saggiamente, dovrete perciò esporre il vostro piano di lavoro ai vostri cari senza fare la vittima, ma chiedendo con garbo tutta la collaborazione e la comprensione possibili.

Risolto anche questo problema ... diplomatico, se avete qualche piantina sul terrazzo, ricordate che è tempo di pensare anche a lei. C'è da cambiare il terriccio nei vasi per le vecchie colture e da preparare le colture nuove: è il tempo di piantare le primule, le viole, le tagete, i geranei. Ed è tempo di regalare un po' di concime.

Se avete tappeti, vanno battuti con cura e messi via per il prossimo inverno: il vecchio sistema dei giornali e delle palline di pepe o di canfora può ancora andare benissimo. Lo stesso va detto per la vostra pelliccia e per i cappotti, che ormai non serviranno più fino al prossimo autunno.

Quando avrete messo in ordine la vostra casa sarà bene che pensiate anche a voi stesse. La primavera è tempo di cambiamenti e di pulizie anche per il nostro organismo. Disintossicatevi con delle buone tisane di rinfrescanti, come il tarassaco e il rosmarino, chiedendo consiglio per i casi particolari al medico di famiglia e all'erborista. E rilassatevi in salutari bagni caldi, dove avrete versato un infuso di rosmarino fatto bollire in una pentola: col rosmarino, Nostradamus guariva persino la peste in Provenza, lo sapevate?

MARINA LUCIANI

ROGER
tutto il sapore
del bollito.

ROGER
tutto il sapore
del bollito.

ROGER
tutto il sapore
del bollito.

ROGER
tutto il sapore
del bollito.

ESCLUSIVO

La buona cucina che costa poco

di RICCARDO REDI

Angelo e le sue acciughe, preparate in esclusiva per le nostre lettrici.

A mangiare da Angelo, nel porto di Viareggio, è passato e passa ogni giorno il più scintillante *jet-set*, vecchie e nuove glorie: da Hemingway a Steinbeck, da De Chirico a Mike Bongiorno, dalla Lollobrigida a Gigi Riva, da Annigoni a Ortiz Patino, più tutti i miliardari che arrivano con le loro barche (anche uno *yacht* da un miliardo, per gli *snob*, si chiama sempre barca) da ogni parte del mondo. Aggiungeteci le grandi firme della moda, della canzone, della politica e il conto non torna ancora.

Eppure Angelo Ferrari, istriano trapiantato in Versilia, è rimasto un uomo semplice, che adora la cucina di una volta. Con un suo brodino di pesce da sciabica (600 lire al chilo, e anche meno) ha vinto recentemente il primo premio assoluto al concorso gastronomico del *Primo piatto con pesce povero*: me lo ha fatto gustare, è un *consommé* delizioso che, fra l'altro, contiene una carica di proteine e di fosforo da rimettere in piedi anche il più fragile dei convalescenti. Naturalmente Angelo si è rifiutato di darmi la ricetta: ma in compenso me ne ha date altre, per altri piatti squisiti da preparare con una minima spesa.

Ecco per esempio un piatto unico capace di saziare sei persone con una spesa di appena 1.200 lire.

Si prende un chilo di acciughe fresche, si toglie la testa (il budello viene via insieme) e si sciacqua tutto in acqua corrente. Si adagiano le acciughe una accanto all'altra in una teglia e si condisce con olio, sale, pepe, pane grattato, battuto di aglio e prezzemolo, qual-

che fiocco di pomodoro pelato asciutto. Si mette la teglia al forno e si serve appena si vede dorare. E ora facciamo un po' di conti: il chilo di acciughe costa 600 lire. Aggiungiamo 200 lire d'olio, 300 di pomodoro, 100 lire di odori. Totale 1.200 lire cioè 200 lire a testa. Il gusto è eccellente. Il valore nutritivo è maggiore di quello che darebbe la solita fettina di vitello. In più teniamo conto del valore energetico particolare, caratteristico del pesce fresco, specie per quanto riguarda il fosforo.

Un altro piatto, per sei persone di robusto appetito, è la trippa con le patate. Si prende un chilo di trippa e si taglia a fettuccine. Si prepara un battuto con olio, aglio e cipolla e si fa dorare sul fondo di una casseruola: a questo punto si mettono su le fettuccine, facendole rosolare mentre si aggiunge lentamente un bicchiere di vino bianco. Quando la trippa sta rosolando si aggiunge mezzo chilo di pomodoro pelato con un po' di acqua calda e un chilo di patate fatte a tocchetti. Si copre e si lascia a fuoco lentissimo senza mai girare in modo che le patate restino intere. Fatti i conti vediamo che abbiamo speso 1.000 lire di trippa, 250 di patate, 200 di pomodoro, 50 di odori, totale 1.500 lire cioè 250 lire a testa.

E passiamo a un altro piatto, per chi non amasse il pesce e la trippa: e cioè uno spezzatino di tacchino con fagioli bianchi. La cuoca avrà cura di procurarsi un chilo di tacchino dalla parte dell'anca e della coscia, dove la carne è più scura e gustosa. Lo stesso macellaio o pollivendolo provvederà a tagliare lo spezzatino, lasciando anche le parti di osso. La cuoca provvederà anche a togliere la pelle. Questo piccolo accorgimento è prezioso, in quanto è proprio nella pelle che ristagna quasi sempre il cattivo odore provocato dai mangimi a base di farina di pesce. Per maggior sicurezza, sempre a questo scopo, aggiungerà anche qualche foglia di salvia durante la cottura.

Così preparato lo spezzatino, lo si mette a rosolare con una cipolla e la salvia in un tegame di coccio: alla prima doratura si aggiungono 30 grammi di conserva concentrata di pomodoro, sale, pepe e una spighetta di rosmarino, allungando con qualche mestolino di brodo: naturale se possiamo disporne, oppure anche fatto con il dado. Si lascia andare a fuoco lento per circa 20 minuti, e poi si aggiungono i fagioli — che sono stati lessati in precedenza, ma tolti dal fuoco appena al dente — mescolando con delicatezza per altri 20 minuti. La spesa? Tacchino 1.800 lire, fagioli 500, conserva, odori e varie 200, totale 2.500 lire.

RICCARDO REDI

C'è il bianco di Ultrabrait nel suo sorriso...

...Ultrabrait ti dà denti bianchissimi per un sorriso che conquista.

gusto bianco frizzante

la curiosità

Su un giornale inglese è apparso il seguente annuncio: « Ex ufficiale di Marina vende pappagallo parlante perché non ne condivide più le opinioni politiche ».

❊

Secondo la legge islamica, un uomo può avere quattro mogli legittime più una quinta, ma a condizione che abiti ad almeno 100 chilometri dalle altre. Per le concubine, invece, non c'è alcun limite.

❊

L'elefante è l'animale più vendicativo del mondo. Ferito da un cacciatore durante un safari nel Kenia, un elefante lo ha ucciso e dopo due giorni è tornato a cercare la tomba, devastandola furiosamente e sfracellando il corpo.

❊

Il nome ufficiale della pigna, il frutto dell'albero di pino con cui decoriamo i nostri alberi di Natale è « strobilo ».

❊

Secondo un esperto americano, se una donna va a fare acquisti digiuna, compera il 25 % in più del necessario perché il suo inconscio la spinge a provvedersi di tutto con maggiore larghezza.

❊

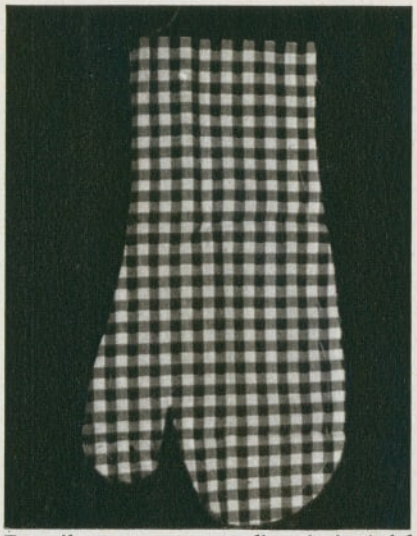
Sacha Guitry collezionava le cose più diverse. Ormai vecchio espose tutti i suoi tesori in una grande mostra che ebbe molto successo. Un visitatore gli domandò: « Avete mai fatto collezione di donne? ». « Caro amico », rispose Guitry, « le donne sono le più facili da collezionare, ma anche le più difficili da conservare, perché il numero dei collezionisti è incalcolabile ».

I piccoli lavori di casa

Perché buttare una calza vecchia?

Proprio così. Una vecchia calza di lana, ormai tanto sfondata che si direbbe non possa servire più a niente e nemmeno a farne uno straccio, può ancora esservi utile. Potrete ricavarne un oggetto indispensabile alla vostra cucina, comodo, anche decorativo, e tutto questo con poca fatica e invece la soddisfazione di averlo fatto con le vostre mani. Volete provare?

Prendete un pezzo di carta, magari un foglio di giornale, e appoggiateci sopra la mano sinistra tenendo uniti l'indice, il medio, l'anulare e il mignolo. Il pollice, invece, lo terrete un po' aperto come in quei guantoni da sci che hanno un dito soltanto. Adesso con un pennarello seguite il contorno della mano. Tracciate poi un secondo contorno, a circa tre centimetri di distanza dal primo, così da lasciare un buon margine. Su questa nuova forma ritagliate un primo guantone con un avanzo di tela, qualunque: non si vedrà mai. Poi arrangiate la calza, avendo cura di fare posto al dito pollice: la lana si adatta facilmente, ma il pollice deve essere ricavato apposta. Infine ritagliate e cucite un terzo guantone in un altro pezzo di tela robusta, per esempio un vecchio grembiule a quadretti. Questo terzo guantone conterrà, nell'ordine, la calza di lana e il guanto di tela. Ora dovrete rifinire il vostro capolavoro con un orlo sul polso, che chiuda i vari strati. Anche col pizzetto, se lo avete, e con un cappio per appenderlo accanto al vostro forno!



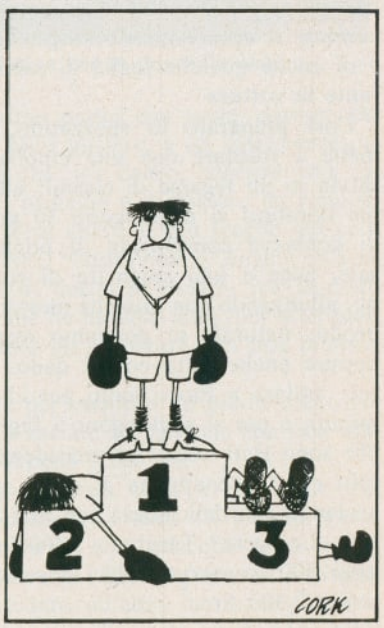
Ecco il guantone per togliere i piatti dal forno senza pericolo di scottarsi le mani.

G. Z.

È primavera.

Complimenti! Nuovo record mondiale!

Austerità.



Il vero vincitore.

POESIA

E ALL'IMPROVVISO UN NASCERE DI FIORI

L'editrice Moneta ha pubblicato in una lussuosa edizione, un libro di poesie di Lele Lamperti illustrato da tavole a colori di Cassinari, Locatelli, Musso, Pepe, Sciacca, Treccani e Lydia Silvestri. Per gentile concessione dell'Autrice, siamo lieti di pubblicare una di queste delicate liriche, da cui ha preso il titolo il volume: « E all'improvviso, un nascere di fiori ».

Se dici mare
vedi acqua verde
blu con tratti d'oro

Sai
oggi l'acqua
era anche rosa
a grandi sfumature
di tante piccole alghe

Frizzante
la cima di rapide ondine
sopralineava
questo impossibile fondale

E all'improvviso
un nascere di fiori
a seguire le correnti
verso cieli
nascosti di stelle
e cerchi di terre lontane

E potevi udire e capire
la voce
di tutto l'uomo del mondo
mentre chiamava
una nuova speranza.

In alto: « Il gabbiano », guazzo di Ernesto Treccani.

"...Ah! Potessi mettere in lavatrice anche il bucato a me piú caro!"

NUOVO

Soflan Lavatrice ha cura del bucato che piú ti sta a cuore.

Le stelle ci guidano ma siamo noi a camminare

Venia Sprega, la sensitiva famosa in tutto il mondo, ha visto per noi il 1975 secondo i dodici segni dello Zodiaco.

Abbiamo chiesto a Venia Sprega, la famosa sensitiva di cui si interessano da anni i maggiori istituti internazionali di Parapsicologia, una previsione su questo 1975 che è appena iniziato.

« Tutte le profezie parlano di questo anno come di un periodo di grandi trasformazioni individuali e collettive, politiche ed ideologiche », ci ha detto la signora. « È singolare come queste profezie — da quella che è detta del **Mandorlo Fiorito** a quella del **Ragno nero**, a quelle cinesi che definiscono il 1975 come l'**Anno della Lepre** quasi per simboleggiare le rapide mutazioni — coincidano nel rilevare che la volontà umana avrà questa volta un peso determinante nel conseguimento del bene e del male: saremo dunque noi, più che mai, i protagonisti della nostra storia, a tutti i livelli. Quanto alle possibilità particolari derivanti dagli influssi degli astri, possiamo annotare che:

L'**ARIETE** esce da un anno decisamente difficile ed entra in un periodo in tutti i sensi più favorevole. I vantaggi che otterrà saranno notevoli, ma senza per questo dover procurare un danno agli altri.

Il **TORO**, se riesce a vincere il suo difetto peggiore che è la pigrizia, sarà molto aiutato dalla Luna. Saturno, che è proprio nel segno del Toro, favorirà impreveduti e importanti incontri su tutti i piani, dal sentimentale al professionale.

I **GEMELLI** sono dominati da Mercurio, che accentua la vivacità e l'instabilità caratteristiche del segno. Crisi di assestamento nel fisico e anche sul lavoro, con prospettive di soluzione verso la fine d'anno.

Il **CANCRO** ha dato prova di grande pazienza per tutto l'anno passato: quest'anno raccoglierà i frutti, ma solo se non avrà fretta. Un mese favorevole sarà settembre, da tutti i punti di vista.

Venia Sprega: è una semplice e serena madre di famiglia che non vuole nemmeno sentir parlare di magia, anche se è studiata da anni per le sue capacità eccezionali.

Il **LEONE** è particolarmente dominato dal Sole che ne esalta i caratteri di iniziativa e di intraprendenza fino a rappresentare un pericolo: quello cioè di offendere i sentimenti e i diritti degli altri. Sono infatti possibili gravi rotture in famiglia e sul lavoro.

La **VERGINE**, dominata da Venere, ha di fronte un'annata felice da aprile in poi specialmente nei rapporti amorosi: dovrà superare i suoi complessi di timidezza con coraggio ma anche con spirito critico.

La **BILANCIA** è anch'essa dominata da Venere: la spinta verso il successo in campo professionale e soprattutto amoroso potrà essere anche eccessiva e provocare sbandamenti pericolosi. Attenzione alle spese superflue.

Lo **SCORPIONE**, segno contraddittorio dominato da Marte, avrà un anno favorevole se riuscirà a conservare il senso della misura. Per i giovani, ma anche per i meno giovani, sarà l'anno del grande amore.

Il **SAGITTARIO**, da marzo in avanti quando cioè Giove passa sotto il segno dell'Ariete, avrà una carica formidabile di energia in ogni senso. Da maggio in poi si prevedono grandi viaggi e incontri importanti.

Il **CAPRICORNO**, dominato da Saturno, vedrà una duplice influenza: per i più deboli si aggraverà ancora l'indifferenza e la rassegnazione, per i più forti si ravviverà invece l'energia. Gli influssi si attenueranno verso settembre, mese pericoloso per tutti quanto a possibili liti in famiglia. In quel mese Urano si troverà in posizione favorevole alle decisioni importanti, anche se dolorose.

Anche l'**ACQUARIO** risente dell'influenza contraddittoria di Saturno che aiuterà i soggetti più evoluti nei loro propositi mentre disorienterà ancora di più i soggetti meno consistenti. Per molti, questo sarà l'anno in cui si potranno raccogliere ottimi frutti negli affari.

I **PESCI** infine vivranno un anno migliore del precedente anche perché troveranno un maggiore equilibrio fra le due tendenze che tradizionalmente li dividono, cioè la ricerca di una soddisfazione materiale ma anche il bisogno di elevazione spirituale. Da questa nuova armonia, il Pesce avrà tutto da guadagnare ».

« Naturalmente », conclude la nostra interlocutrice, « questi sono pronostici di larga massima, nell'ambito dei quali sarà sempre l'individuo ad agire e a reagire personalmente. Inoltre sarà bene ricordare anche alle lettrici di LEI quanto dico da tanti anni e cioè che gli oroscopi non vanno mai presi alla lettera: sia perché nessuno deve abbandonarsi passivamente a questo genere di fatalismo sia perché gli influssi effettivamente operanti degli astri non possono essere valutati col metro corrente delle date di nascita. Può darsi infatti benissimo che un uomo nato, per esempio, sotto il segno dell'Ariete non abbia quasi nulla a che fare con questo segno, in quanto altri pianeti si trovavano sulla sua carta natale in quel giorno. Non per niente, per stabilire esattamente una carta natale occorrono settimane e anche mesi di studio con l'aiuto di precise tavole astronomiche ».

C. F.

... E se, per trovare marito, ci mettessimo in società?

Il sesso debole è diventato forte

(continua dalla pagina 7)

sorriso: ma l'uomo che mangia la prima vive molto peggio (e quindi fatica di più, e quindi produce di meno) dell'uomo che mangia la seconda.

Chi mette in dubbio il valore del lavoro domestico dovrebbe domandarsi che cosa succederebbe se le donne di casa, una bella mattina, si mettessero in sciopero.

Se non andassero più a battersi nei mercati per trovare il meglio al prezzo più basso. Se lasciassero perdere quella inesorabile catena di montaggio dove ogni giorno passano e ripassano le faccende di casa, fare i letti, spolverare, spazzare, lucidare, lavare, stirare, cucinare, rigovernare, cucire, aggiustare e intanto fare la spesa, amministrare il bilancio, far studiare i figli, provvedere a mille commissioni e se non basta ancora, alla fine, trasformarsi anche in una piacevole compagnia per l'uomo che ritorna a casa.

Qualcuno ha calcolato che il costo economico del lavoro di una casalinga non possa essere valutato oggi al di sotto delle duecentocinquantamila lire al mese. Potremmo dire che vale anche di più: ma non è nemmeno giusto misurare soltanto in denaro un lavoro che è fatto per amore: questa parola antica, misteriosa, che le donne non hanno mai dimenticato.

ANDREA MAFFEI

Risveglia la tua pelle!

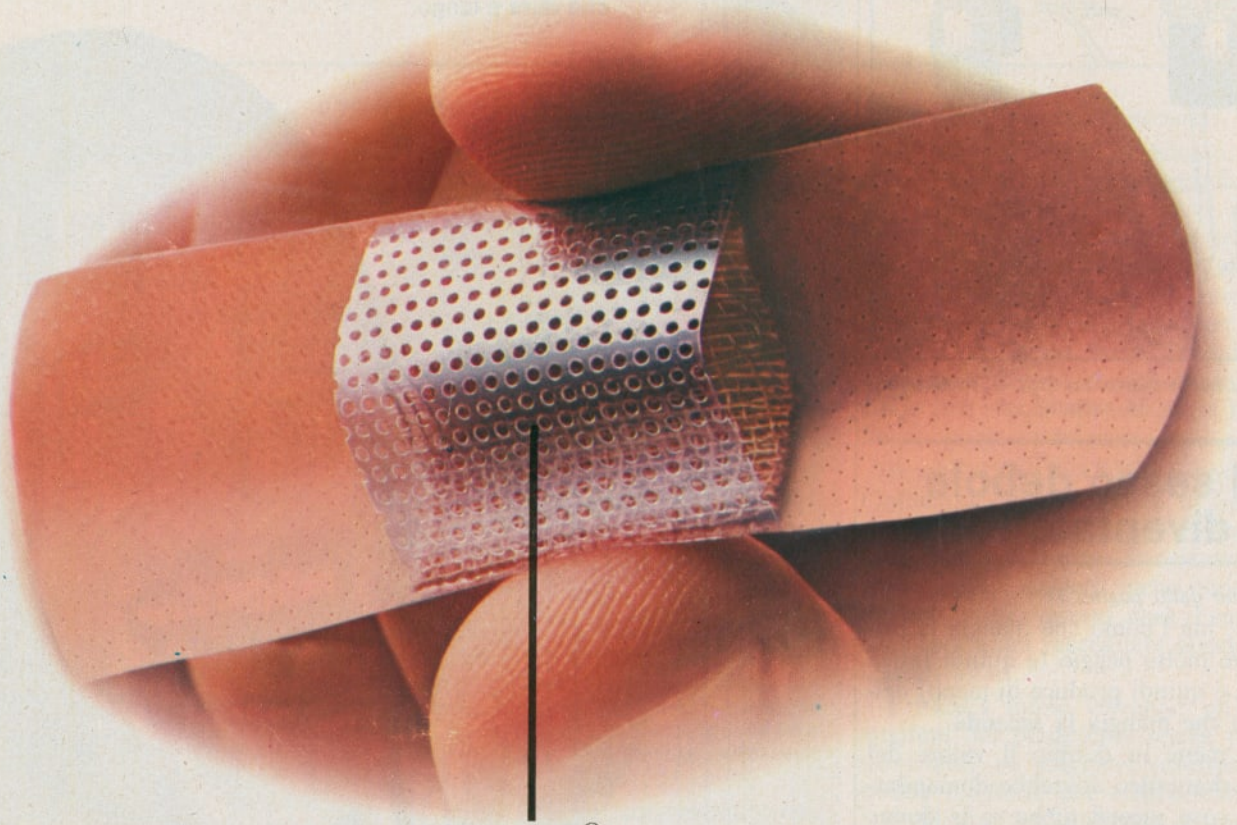
Al mattino, appena sveglia, non sei sveglia del tutto.
E anche la tua pelle dorme...
Ma ecco Lemon Fresh.
Ecco il suo profumo fresco e stimolante.
E sotto la doccia o nel bagno, ti senti tutta frizzante.
Risvegliati con Lemon Fresh!
Risveglia la tua pelle con Lemon Fresh!
Lemon Fresh ti dà una freschezza tonificante
che dura a lungo.

Lemon Fresh
il sapone che dà tonificante freschezza
(lo senti già dal profumo)

cerotto

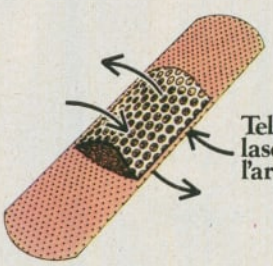
CURAD®

per una guarigione piú rapida

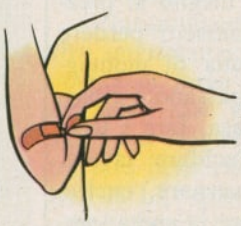


Perché solo Curad ha TELFA® la speciale pellicola protettiva.

Telfa
non si attacca
alla ferita



Telfa
lascia circolare
l'aria



con Telfa quindi
la guarigione
è accelerata

CURAD®
ha cura di te